ASOS JOURNAL

The Journal of Academic Social Science

Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, Yıl: 10, Sayı: 124, Ocak 2022, s. 1-23

ISSN: 2148-2489 Doi Number: <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.54683>

Yayın Geliř Tarihi / Article Arrival Date
19.11.2021

Yayımlanma Tarihi / The Publication Date
29.01.2022

Prof. Dr. Fulya YÜKSEL ŞAHİN

Yıldız Teknik Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
fusahin@yildiz.edu.tr

Uzm. Psikolojik Danışman İlke EVRENSEL

YTÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü
ilkeevrensel@gmail.com

LEZBİYEN, GEY, BİSEKSÜEL VE TRANS (LGBT) BİREYLERİN KENDİNİ AYARLAMA VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEĞE GÖRE İNCELENMESİ

Öz

Araştırmada, LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk düzeylerinin algıladıkları toplam sosyal desteğe (aile, arkadaşlar, özel kişiler) göre incelenmesi amaçlanmıştır. Katılımcı grubuna ulaşmada kartopu ve amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya, İstanbul’da yaşayan ve 18 yaşından büyük 86 lezbiyen, 100 gey, 94 biseksüel ve 16 trans birey olmak üzere, toplam 296 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada gerekli verileri elde etmek için “Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği”, “Oxford Mutluluk Ölçeği”, “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Verilerin analizinde, MANOVA Wilks Lambda (λ) Testinden ve Ayırıştırma Analizi Testlerinden yararlanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, LGBT bireylerin algıladıkları toplam sosyal desteğe göre kendini ayarlama ve mutluluk puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Algılanan toplam sosyal destek puanları yüksek olan lezbiyen, gey, biseksüel ve trans bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk puan ortalamaları, algılanan sosyal desteği düşük olan bireylerinkinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayırıştırma analizi sonucunda algılanan toplam sosyal desteği yüksek ve düşük olan LGBT bireyleri ayırmada,

öncelikle mutluluğun; sonrasında da kendini ayarlamanın önemli olduğu görülmüştür. Ayrıca analiz için doğru sınıflandırma olasılığı da, %47.2 olarak bulunmuştur. Araştırma bulguları, ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: LGBT, Sosyal Destek, Kendini Ayarlama, Mutluluk

**STUDY OF THE SELF-MONITORING AND HAPPINESS LEVELS OF
LESBIAN, GAY, BISEXUAL AND TRANSGENDER (LGBT)
INDIVIDUALS IN TERMS OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT**

Abstract

This study aims to examine the self-monitoring and happiness levels of LGBT individuals according to their perceived total social support (family, friends, significant others). Snowball and purposive sampling methods were used to access the participants. A total of 296 individuals (86 lesbian, 100 gay, 94 bisexual and 16 transgender individuals) who live in Istanbul and are older than 18 voluntarily participated in the study. The “Revised Self- Monitoring Scale”, the “Oxford Happiness Questionnaire”, the “Multi- Dimensional Perceived Social Support Scale”, and a “Personal Information Form” were employed to obtain the required study data. Data analysis is based on a MANOVA Wilks Lambda (λ) Test as well as Discriminant Analysis Tests. The study results revealed significant differences between the mean self-monitoring and happiness scores of the LGBT individuals according to perceived total social support. The lesbian, gay, bisexual and transgender individuals with high scores on perceived total social support scores were found to have higher mean scores of self-monitoring and happiness than those with low perceived social support. As a result of discriminant analysis, it was observed that first happiness and then self-monitoring are important for classifying LGBT individuals with high and low perceived total social support. Also, correct classification probability for the analysis was found to be 47.2%. The study results are discussed in the light of the literature.

Keywords: LGBT, Social Support, Self-Monitoring, Happiness

GİRİŞ

“LGBT” ifadesi, kendilerini lezbiyen, gey, biseksüel ve trans olarak tanımlayan bireyler için kullanılmaktadır (Dworkin ve Pope, 2012; Yalçınoglu ve Önal, 2014). Lezbiyen, gey ya da biseksüel olma bireyin cinsel yönelimine atıfta bulunurken; trans kavramı bireyin cinsiyet kimliğine işaret etmektedir (IOM- Institute of Medicine, 2011; Joslin-Roher ve Wheeler, 2009). Her ne kadar LGBT çatısı altında ele alınsa da cinsel yönelim ve cinsiyet kimliği birbirlerinden farklı kavramlardır. Bireyin cinsel, romantik ve duygusal olarak ilgi duyduğu ve çekim hissettiği cinsiyet bireyin cinsel yönelimini belirlemektedir (IOM- Institute of Medicine, 2011; LeVay, 2010). Herhangi bir bireyin cinsel yönelimi eşcinsel, heteroseksüel, biseksüel, queer, panseksüel veya aseksüel olabilir (APA-American Psychological Association, 2015). Bireyin cinsel yönelimi ve cinsiyet kimliği bir başkası tarafından tayin edilemez. Bireyin kendi beyanı esas alınır. LGBT bireyler heteroseksüelliğin norm olarak kabul edilmesinden ve cinsiyet normlarından ayrılmalari nedeniyle “öteki” olarak adlandırılan bir sosyal statüyü paylaşmaktadırlar (IOM- Institute of Medicine, 2011). Birçok LGBT birey, toplumun cinselliğe dair normlarına uymamaları nedeni ile aileleri, sosyal çevreleri, iş yaşamları, sağlık hizmetleri

gibi birçok alanda dışlanma ve sözel ya da fiziksel şiddet ve ayrımcılıkla karşılaşmaktadırlar (IOM- Instute of Medicine, 2011; Kaptan, 2013; Mayock ve ark., 2009; Uribe ve Harbeck, 1992).

LGBT bireylerin maruz kaldıkları cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliğine yönelik bu ayrımcılığa karşın, sosyal desteğe sahip olmaları onların ruh sağlıkları açısından önemli bir faktördür (Budge ve ark., 2011; Friedman ve ark., 2006; Graham ve Barnow, 2013; Snapp ve ark., 2015; Uluyol, 2016; Wright ve Perry, 2006). Yıldırım (2006) sosyal desteği kişinin çevresinden aldığı empatik ve dürüst tepki; gördüğü sevgi, ilgi, saygı, takdir edilme, bilgi edinme, güven ve maddi yardım gibi kişisel, psikolojik, sosyal ve ekonomik olmak üzere çeşitli yardım süreci olarak tanımlamıştır. Shumaker ve Brownell (1984) ise sosyal desteği, alıcının iyi oluşunu artırmaya yönelik, en az iki bireyin arasında gerçekleşen ve alıcının ya da sağlayıcının algıladığı paylaşım olarak tanımlamışlardır. Bireyin çevresinden yeterince sosyal destek algılaması stres yaratan zorlu bir süreçte var olan durumun potansiyel zararlarını yeniden tanımlamasına yardımcı olur. Baş etme konusundaki becerisini güçlendirmeye yönelik kaynakları sağlar (Cohen ve Wills, 1985). Sorununun çözümünde yardımcı olacak, o konu ile ilgili bakış açısını değiştirecek ya da rahatlamasını sağlayacak birinden destek göreceğinden emin olduğu anlamına da gelir (Thoits, 1995). Destek olacak birilerinin olduğuna dair bu algı, bireyin içinde bulunduğu stres yaratan durumu daha az stresli algılamasını sağlar (House, 1981). Ayrıca, bireyin bu stres yaratan durumla baş etmesine ve umudunu korumasına da yardımcı olur (Eylen, 2001; Şahin-Baltacı, İşleyen ve Özdemir, 2012; Tarhan, 2012).

Alanyazında algılanan sosyal destek ve alınan sosyal destek olmak üzere 2 farklı kavram olduğu görülmektedir. Alınan sosyal destek gerçekleştirilmiş olan yardım davranışı (Lepore, Evans ve Schneider, 1991) iken; algılanan sosyal destek bireylerin güvenli bağlar kurduğuna (Barrera, 1986; Kef, 1997) ve ihtiyaç durumunda diğer insanların destek sağlayacaklarına dair öznel bilişsel algısıdır (Kef, 1997; Kitamura ve ark., 1999). Yapılan araştırmalar algılanan sosyal desteğin transların duygusal deneyimlerinde ve baş etme stratejilerinde önemli rol oynadığını (Budge ve ark., 2011); ve psikolojik dayanıklılık ile pozitif yönde ilişki gösterdiğini (Başar ve Öz, 2016); lezbiyen, gey ve biseksüellerin psikolojik iyi oluş düzeylerini önemli ölçüde yordadığını (Detrie ve Lease, 2007); gey ve biseksüel erkeklerin HIV enfeksiyonu ile başa çıkma stratejilerini pozitif yönde etkilediğini (Tate ve ark., 2006); lezbiyen, gey ve biseksüellerde özgüveni yordadığını (Yakusho, 2015); biseksüellerde yaşam doyumunu önemli ölçüde yordadığını (Sheets ve Mohr, 2009) göstermektedir. Güçlü bir sosyal desteğe sahip olan LGBT bireyler, gördükleri ilgi, sevgi ve güven ve ekonomik destekten vb. dolayı cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliklerini açma sürecine daha rahat girebilirler. Ancak, yapılan araştırmalar birçok LGBT bireyin zarar görmeme, sorundan kaçınma, reddedilmeyi engelleme, ayrımcılığa maruz kalmama gibi birçok nedenden dolayı cinsel yönelimlerini ve/veya cinsiyet kimliklerini gizleme yoluna gittiklerini göstermektedir (Anderson ve Randlet, 1993; Danyeli-Güzel, 2017; Demirdizen, Çınar ve Kesici, 2012; Grossman ve D'Augelli, 2006; Higa ve ark., 2004; Mayock ve ark., 2009; Meyer, 2003; Öner, 2015).

LGBT bireylerin cinsel yönelimlerini ve/veya cinsiyet kimliklerini içinde bulundukları sosyal ortamda sunuş şekillerindeki farklılık kendini ayarlama düzeylerindeki farklılığa da işaret etmektedir. Birçok bireyde olduğu gibi LGBT bireylerin de, başkalarının onları nasıl algıladıklarını ve değerlendirdiklerini biliyor olmaları genellikle önemlidir. Bazı bireyler bu algılamalara ve değerlendirmelere yönelik daha fazla kaygı duyarlar. Snyder, kendini ayarlama teorisi ile bireylerin karşısındaki kişilerde oluşturdıkları izlenimleri kontrol etmek ve

düzenlemek için gösterdikleri davranışlardaki bireysel farklılıklara dikkati çekmiştir. Kendini ayarlama olarak tanımlanan bu beceri, bireyin içinde bulunduğu sosyal bir durumdaki davranışın uygun olup olmadığını ifade eden ipuçlarını kullanarak davranışlarını gözlemleyip kontrol edebilme ve düzenleyebilme becerisidir (Snyder, 1974). Kendini ayarlama becerisi yüksek olan bireyler, durumsal uygunluğa karşı sosyal ve kişiler arası ipuçları konusunda özellikle hassas ve duyarlıdır (Snyder, 1979; Snyder ve Gangestad, 1982, 1986; Snyder ve Monson, 1975; Snyder, Gangestad ve Simpson, 1983). Aynı zamanda davranışları ile alta yatan tutumlar arasındaki uyuma bu tarz bireylerde genellikle düşüktür (Snyder ve Swann, 1976; Snyder, Gangestad ve Simpson, 1983). Bu bireylere, sosyal etkileşimde yansıttıkları izlenimlerini izlemek ve kontrol etmekle meşgul olmaları, çevrelerinde yer alan sosyal ipuçlarına duyarlı olmaları ve bu sosyal ipuçlarını davranışlarını düzenlemede kılavuz olarak kullanmalarından dolayı kendini ayarlama becerisi yüksek bireyler denilmektedir (Lennox, 1984; Snyder, 1979; Snyder ve Gangestad, 1982; Snyder ve Monson, 1975; Snyder, Gangestad ve Simpson, 1983). Kendini ayarlama becerisi düşük olan bireyler ise genellikle buldukları her durumda kendi kişisel eğilimlerini ve tutumlarını sergilemeye çalışırlar (Snyder ve Gangestad, 1982). Bu bireyler davranışsal uygunluğa dair durumsal ve kişiler arası sosyal ipuçlarına daha az duyarlıdır (Snyder ve Monson, 1975). Bunun yerine davranışlarına kendi içsel durumları, tutumları ve eğilimleri rehberlik eder (Snyder, 1979; Snyder ve Gangestad, 1986; Snyder, Gangestad ve Simpson, 1983; Snyder ve Swann, 1976).

Alanyazında LGBT bireylerin kendini ayarlama düzeylerini inceleyen sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar gey ve lezbiyen bireylerde kendini ayarlamanın yaşam doyumu ile pozitif yönde anlamlı ilişkili (Anderson ve Randlet, 1993); lezbiyen ve biseksüel bireylerde psikolojik iyi oluş ile pozitif yönde anlamlı ilişkili (Selvidge, Matthews ve Bridges, 2008) olduğunu göstermektedir. Hetrick ve Martin (1987) eşcinsel ve lezbiyen ergenlerin nasıl giyinileceği, konuşulacağı ve yürünüleceği gibi sosyal ipuçları ile her koşulda davranışlarını sürekli olarak ayarlama yoluna gittiklerini belirtmektedirler. Kirby ve Hay (1997) birçok gey bireyin iş yerinde homofobiye maruz kalmamak adına cinsel yönelimlerini gizleyerek davranışlarını kontrol etmeyi ve düzenlemeyi (kendini ayarlama) tercih ettiklerini ortaya koymuşlardır. Birçok LGBT birey için kendini ayarlama cinsel yönelimlerini ve/veya cinsiyet kimliklerini gizlemenin temel yönüdür (Kirby ve Hay, 1997; Urike ve Harbeck, 1992). Yapılan araştırmalar cinsel yönelimini sürekli olarak gizlemenin bireyin üzerinde bir baskı hissetmesine ve tedirgin olmasına (Demirdizen, Çınar ve Kesici, 2012; Levine ve Leonard, 1984); düşük benlik saygısı hissetmesine, aileden ve arkadaşlardan uzaklaşmasına, ilişkilerinin bozulmasına ve soyutlanmış hissetmesine (Uribe ve Harbeck, 1992) neden olduğunu göstermektedir. Önyargı ve ayrımcılık, cinsel azınlık grubuna dahil olan bireyleri ruh sağlığı ve mutluluk düzeyi açısından daha kırılgan bir hale getirmektedir (Rostosky ve ark., 2009; Ueno, Vaghela ve Ritter, 2014; Wilkinson ve Pearson, 2009). Mutluluk düzeylerini azaltmaktadır.

Mutluluk, bireyin sıklıkla olumlu duygular hissederken olumsuz duyguları daha az hissettiği ve yaşam koşullarından doyum sağladığı anlamına gelmektedir (Biswas-Diener, Diener ve Tamir, 2004; Bradburn, 1969; Diener, 1984; Eryılmaz ve Atak, 2011a; Lyubomirsky, Sheldon, Schkade, 2005; Myers ve Diener, 1995). Mutluluk, psikolojide öznel iyi oluş kavramı ile incelenmektedir (Diener, 1984; Eryılmaz, 2011; Eryılmaz ve Atak, 2011a, 2011b). Yapılan araştırmalar mutlu bireylerin mutlu olmayan bireylere oranla daha fazla dışa dönük olma eğiliminde olduklarını (Costa ve McCrae, 1980; Costa, McCrae ve Norris, 1981; Diener ve ark.,

1992; Diener ve Seligman, 2002; Headey ve Wearing, 1992; Veenhoven, 1997); daha iyimser olduklarını (Dember ve Brooks, 1989; Gülcan ve Nedim Bal, 2014; Lyubomirsky, 2001; Seligman, 1991); daha etkili başa çıkma stratejileri kullandıklarını (Lyubomirsky, 2001; Lyubomirsky ve Ross, 1997); daha sosyal olduklarını (Diener ve Biswas-Diener, 2008; Diener ve Seligman, 2002); daha az sosyal karşılaştırma yaptıklarını (Lyubomirsky ve Ross, 1997) ve daha çok tatmin edici sosyal ilişkilere sahip olduklarını (Diener ve Seligman, 2002) göstermektedir. Cinsel azınlık grubuna dahil olan bireylerin maruz kaldıkları ayrımcılığın olumsuz duygulanımın artmasına neden olduğu birçok araştırma sonucu ile kanıtlanmıştır (Douglass ve ark., 2017; Rostosky ve ark., 2009; Swim, Johnston ve Pearson, 2009). Alanyazında da, cinsel yönelim ve cinsiyet kimliğine yönelik ayrımcılığın öznel iyi oluş/mutluluk ile negatif yönde bir ilişki gösterdiğine (Van der Star ve Bränström, 2015) ve bu ayrımcılığın azaltılmasının öznel iyi oluşa/mutluluğa olumlu yönde etki ettiğine (Suppes, Napier ve Van der Toorn, 2019) dair bulgular bulunmaktadır. LGBT bireylerin küçük yaştan itibaren çevrelerinden almış oldukları cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliklerine yönelik olumsuz tepkiler ve yaşamış oldukları olumsuz deneyimler depresyon, anksiyete ve intihara eğilim gibi birçok psikolojik sorunun ortaya çıkmasını kolaylaştırmaktadır (Gilman ve ark., 2001; Herrell ve ark., 1999; Hershberger ve D'Augelli, 1995; Higa ve ark., 2014). Alanyazında birçok araştırma heteroseksüellere oranla lezbiyen, gey ve biseksüellerin maruz kaldıkları olumsuz yaşantılardan dolayı madde kullanım bozuklukları, duygulanım bozuklukları ve intihar gibi çeşitli ruh sağlığı sorunlarını daha fazla deneyimlediklerini göstermektedir (Cochran ve Mays, 2000; Friedman, 1999; Gilman ve diğ., 2001; Hatzenbuehler, McLaughlin ve Nolen-Hoeksema, 2008; Herrell ve ark., 1999; Marshall ve ark., 2011; Mays ve Cochran, 2001; Meyer, 2003; Remafedi ve ark., 1998). Translar için de bu durumun benzer olduğu belirtilmektedir (Clements-Nolle ve ark., 2001; Clements-Nolle, Marx ve Katz, 2006; Nuttbrock ve ark., 2010).

Alanyazında LGBT bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanılmıştır. Snapp ve ark. (2015) sosyal desteğin LGBT gençlerin öznel iyi oluş/mutluluk düzeylerin açısından önemli bir koruyucu faktör olduğunu bulmuşlardır. Bununla birlikte alanyazında sosyal desteğin bireyi stresten koruyucu ve bireyin stresle baş etmesi kolaylaştırıcı bir etkisinin bulunduğu da birçok araştırma da bulunmaktadır (Cassel, 1976; Cohen ve Wills, 1985; Cohen ve Syme, 1985; LaRocco ve ark., 1980; Pearson, 1986; Sarason ve Sarason, 2009; Shumaker ve Brownell, 1984). Cinsel yönelim ve cinsiyet kimliğine bakılmaksızın genel popülasyonla yapılan araştırmalara bakıldığında, algılanan sosyal desteğin öznel iyi oluş/mutluluk ile olumlu yönde ilişkili olduğunu gösteren araştırma da (Nur Şahin, 2011; Saygın, 2008) bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar, LGBT gençler için aile kabulü ile öznel iyi oluş/mutluluk arasında olumlu bir ilişki olduğunu göstermektedir (Doty ve ark., 2010; Elizur ve Ziv, 2001; Shilo ve Savaya, 2011). Ayrıca sosyal desteğin transların depresyon düzeyleri ile olumsuz yönde ilişki olması bulgusu da vardır (Budge, Adelson ve Howard, 2013).

Alanyazına bakıldığında, LGBT bireylerin algıladıkları sosyal destek, kendini ayarlama ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Ayrıca, ülkemizde LGBT bireyler üzerinde yapılmış olan araştırma sayısı çok sınırlıdır. Bu nedenlerle araştırmamızın bir ölçüde de olsa, alanyazına katkısının olacağı umulmaktadır. Buradan hareketle, bu araştırmada da LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk düzeylerinin algıladıkları sosyal desteğe göre incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma, lezbiyen, gey, biseksüel ve trans bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk düzeylerinin algıladıkları sosyal desteğe göre incelenmesini amaçlayan betimsel bir araştırmadır.

Çalışma Grubu

Çalışma grubuna ulaşmada kartopu ve amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu araştırma lezbiyen, gey, biseksüel ve trans bireylerle yürütülmüştür. Araştırmaya, İstanbul'da yaşayan ve 18 yaşından büyük 86 lezbiyen, 100 gey, 94 biseksüel ve 16 trans olmak üzere toplam 296 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Ölçekler uygulanmadan önce araştırmacılar, araştırmacının amacı ve veri toplama araçları hakkında katılımcıları bilgilendirmişlerdir. Katılımcılardan “Bilgilendirilmiş Onay Formu” ile onayları alınmıştır. Katılımcılar gönüllü olarak araştırmaya katılmışlardır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada gerekli verileri elde etmek için “Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği (G-KA Ölçeği)”, “Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ)”, “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBÖSDÖ)” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Bu ölçekleri kullanabilmek için ilgili ölçekleri geliştiren, geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmış olan ilgili kişilerden e-posta yolu ile izin alınmıştır. Ayrıca katılımcılara “Bilgilendirilmiş Onay Formu” da uygulanmıştır.

Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği (G-KA Ölçeği): Lennox ve Wolfe (1984) tarafından geliştirilen “Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeğinin” kültürümüze uyarlama çalışması Türetgen Özalp ve Cesur (2006) tarafından yapılmıştır. Ölçek 12 maddeden oluşan 6'lı Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan toplam puan katılımcının kendini ayarlama düzeyini ifade etmektedir. Ölçeğin geçerliğini sınamak için Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği ile Öz Etkinlik Ölçeği ve diğer yapılarla olan ilişkileri saptamak için Eysenck Kişilik Envanteri uygulanmıştır. Ayrıca, ölçeğin psikometrik özelliklerini karşılaştırmak amacı ile Bacanlı (1990) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Kendini Ayarlama Ölçeği, Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeğinin uygulanmasından 1 ay sonra 84 katılımcıya uygulanmıştır. Yapılan madde analizi sonucunda G-KA Ölçeğinin orijinalinde bulunan 13 maddenin toplam korelasyonlarının .33 ve .57 arasında değiştiği ancak 12. maddenin korelasyon değerinin .25 olduğu bulunmuştur. Varimax döndürme işlemi uygulandığında sadece 12. maddenin farklı bir faktöre yüksek bir şekilde yüklendiği görülmüş ve 12. madde ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları için yapılmış olan test-tekrar test güvenirlik katsayısı .74 ve Cronbach Alfa katsayısı .80'dir.

Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ): Mutluluğu ölçmek amacı Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilmiştir. Kültürümüze uyarlama çalışmasını Doğan ve Sapmaz (2012) yapmıştır. Oxford Mutluluk Ölçeği 29 maddeden oluşan 6'lı Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puanlar mutluluk düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geçerlik çalışmasında, yapı geçerliliğini incelemek için açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, toplam varyansın %29.84'unu açıklayan ve öz değeri 8.3 olan bir yapıya ulaşılmıştır. Ölçeğe dair faktör yükleri, .32 ile .77 arasında değişmiştir. Doğrulayıcı faktör analiz sonuçları ise ölçeğin tek faktörlü yapısının kültürümüzde korunduğu sonucunu göstermiştir. Oxford Mutluluk Ölçeğinin güvenirlik çalışmalarında;

Cronbach Alfa katsayısı .91; test yarılama güvenirlik katsayısı ise.86 olarak bulunmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBÖSDÖ): Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği aileden, arkadaşlardan ve özel bir insandan olmak üzere üç farklı kaynaktan algılanan sosyal destek düzeyini ölçmek amacı ile Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin kültürümüze uyarlama çalışmasını Eker ve Arkar (1995) yapmıştır. Ölçek 12 maddelik, 7’li Likert tipidir. Ölçeğin 3 alt boyutu (aile, arkadaşlar ve özel bir insandan alınan algılanan desteği) vardır. Ölçekten, üç ayrı algılanan sosyal destek puanı ve bu puanların toplanması ile de genel bir algılanan sosyal destek puanı elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin o ölçüde yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geçerlik çalışması için Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin alt boyutları ile Beck Depresyon Ölçeği arasında çıkan korelasyon değerleri -.22 ile -.55 arasında; ve Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği ile Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin alt ölçekleri arasında çıkan korelasyon değerleri -.21 ile -.47 arasında elde edilmiştir. Ölçeğin güvenirlik çalışması için yapılmış olan, Cronbach Alfa .80 ve .95 olarak bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel Bilgi Formu araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Formda katılımcıların, biyolojik cinsiyetlerine, lezbiyen/gey/biseksüel/trans olmalarına ilişkin sorular vardır.

Verilerin Analizi

Verilerin çözümlenmesinde SPSS21 Paket Programı’ndan yararlanılmıştır. İlk olarak, bağımsız değişken olan “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği”nden elde edilen puanların ortalaması bulunmuştur. Ortalama $\pm$ 1 Standart Sapma olarak, ortalamanın altında olan puanlar 0 (sıfır), ortalamanın üzerinde olan puanlar 1 (bir) olarak kodlanmıştır. Böylece sürekli değişkenler, süreksiz değişkene çevrilmiştir. Problemin çözümü için “Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği (G-KA Ölçeği)” ve “Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ)”nden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Varyans ve kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek için Box’s M Testi yapılmıştır. Ayrıca, sistematik hatalara neden olan otokorelasyonun olup olmadığını görmek için, Durbin-Watson Testi de yapılmıştır (Büyüköztürk, 2002).

LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk düzeylerinin algıladıkları sosyal desteğe göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirleyebilmede Çok Değişkenli Varyans Analizi olan MANOVA Tekniği kullanılmıştır. Ek olarak, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini gösteren etki büyüklüğü (η^2) değerleri de incelenmiştir. Farklılığın nereden kaynaklandığını belirleyebilmek için toplam sosyal destek puanları üzerinden Ayırıştırma Analizi Testleri yapılmıştır. Araştırmada, anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Problemin çözümü için öncelikle “Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği (G-KA Ölçeği)” ve “Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ)”nden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için alınan puanların çarpıklık katsayılarına ve basıklık katsayılarına bakılmıştır. Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeğinden elde edilen puanların varyans ve kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek için Box’s M Testi de yapılmıştır. Ayrıca, sistematik hatalara neden olan otokorelasyonun olup olmadığını görmek için, Durbin-Watson Testi de yapılmış ve sonuçları Tablo 1’de

gösterilmiştir.

Tablo 1. Kendini Ayarlama Ölçeğinin ve Mutluluk Ölçeğinin Basıklık ve Çarpıklık Değerleri, Box's M Testi İle Durbin-Watson Tesi Sonuçları

Değişkenler	Çarpıklık	Basıklık
Kendini Ayarlama	.12	.35
Mutluluk	.14	.66

	Box's M	F	p
Aile SD, Kendini Ayarlama, Mutluluk	15.31	.64	.89
Arkadaş SD, Kendini Ayarlama, Mutluluk	26.91	1.38	.13
Özel İnsan SD, Kendini Ayarlama, Mutluluk	14.65	.72	.79
Toplam SD, Kendini Ayarlama, Mutluluk	19.25	.96	.50

Durbin-Watson Testi	
Toplam SD, Kendini Ayarlama	1.49
Toplam SD, Mutluluk	1.58

Tablo 1’de görüldüğü gibi, Çarpıklık katsayılarına bakıldığında, Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği için .12, Oxford Mutluluk Ölçeği için .14 olmuştur. Basıklık katsayılarına bakıldığında, Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeği için .35, Oxford Mutluluk Ölçeği için .66 olmuştur. Herhangi bir veri grubunda çarpıklık ve basıklık değerinin +2, -2 aralığında olması kabul edilebilir bir durumdur (Cooper Cutting, 2010; Akt; Arapkirlioğlu ve Tankız, 2011). Box’s M Testi sonucunda aileden algılanan sosyal destek, kendini ayarlama ve mutluluk için Box’s M = 15.31 ($p > .05$), arkadaşlardan algılanan sosyal destek, kendini ayarlama ve mutluluk için Box’s M = 26.91 ($p > .05$); özel bir insandan algılanan sosyal destek, kendini ayarlama ve mutluluk için Box’s M = 14.65 ($p > .05$); ve algılanan toplam sosyal destek, kendini ayarlama ve mutluluk için Box’s M = 19.25 ($p > .05$) olup, varyans-kovaryans eşitliğinin sağlandığı görülmüştür. Ayrıca, algılanan toplam sosyal destek ve kendini ayarlama için DW=1.49; ve algılanan toplam sosyal destek ve mutluluk için DW=1.58 olup, otokorelasyon olmadığı da görülmüştür.

Araştırmada, LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk düzeyleri, ailelerinden, arkadaşlarından, kendileri için özel olan insanlardan ve algıladıkları toplam sosyal desteğe göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini saptamak için MANOVA Testi yapılmış ve sonuçları Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2. Algılanan Sosyal Desteğe Göre Lezbiyen, Gey, Biseksüel ve Transların Kendini Ayarlama ve Mutluluk Düzeylerinin Farklılığına İlişkin MANOVA Sonuçları

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	η^2
Aile Sosyal Desteği	Kendini Ayarlama	5427.336	7	775.33	9.36	.00	.38
	Mutluluk	72563.728	7	10366.25	28.20	.00	.64
Wilks’ Lambda (Λ)= .34, F hesaplanan (14, 216) = 11.07 $p < .00$, $\eta^2 = .42$							
Arkadaş	Kendini Ayarlama	7777.084	7	1111.01	14.32	.00	.49

Sosyal Desteği	Mutluluk	74735.942	7	10676.56	36.99	.00	.72
Wilks' Lambda (Λ)= .25, F hesaplanan (14, 204) = 14.47 $p < .00$, $\eta^2 = .50$							
Özel İnsan Sosyal Desteği	Kendini Ayarlama	5587.755	6	931.292	9.37	.00	.42
	Mutluluk	54323.023	6	9053.837	19.04	.00	.59
Wilks' Lambda (Λ)= .40, F hesaplanan (12, 154) = 7.56 $p < .00$, $\eta^2 = .37$							
Toplam Sosyal Destek	Kendini Ayarlama	8140.282	7	1162.897	13.29	.00	.49
	Mutluluk	90875.055	7	12982.151	43.42	.00	.76
Wilks' Lambda (Λ)= .22, F hesaplanan (14, 194) = 15.54 $p < .00$, $\eta^2 = .53$							

Tablo 2'de görülen MANOVA Wilks' Lambda (Λ) sonuçları, aileden algılanan sosyal destek düzeyine göre LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk puanlarının anlamlı olarak farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Etki değeri de yüksek çıkmıştır (Wilks' Lambda (Λ)= .34, $F_{hesaplanan}$ (14, 216) = 11.07 $p < .00$, $\eta^2 = .42$).

Tablo 2'de görülen MANOVA Wilks' Lambda (Λ) sonuçları, arkadaşlardan algılanan sosyal destek düzeylerine göre LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk puanlarının anlamlı olarak farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Etki değeri de, yüksek çıkmıştır (Wilks' Lambda (Λ)= .25, $F_{hesaplanan}$ (14, 204) = 14.47 $p < .00$, $\eta^2 = .50$).

Tablo 2'de görülen MANOVA Wilks' Lambda (Λ) sonuçları, kendileri için önemli olan kişilerden algılanan sosyal destek düzeylerine göre LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk puanlarının anlamlı olarak farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Etki değeri de, yüksek çıkmıştır (Wilks' Lambda (Λ)= .40, $F_{hesaplanan}$ (12, 154) = 7.56 $p < .00$, $\eta^2 = .37$).

Tablo 2'de görülen MANOVA Wilks' Lambda (Λ) sonuçları, aileden, arkadaşlardan ve kendileri için özel olan insanlardan algılanan toplam sosyal destek düzeylerine göre LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk puanlarının anlamlı olarak farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Etki değeri de, yüksek çıkmıştır (Wilks' Lambda (Λ)= .22, $F_{hesaplanan}$ (14, 194) = 15.54 $p < .00$, $\eta^2 = .53$).

Farklılığın nereden kaynaklandığını belirleyebilmek için algılanan toplam sosyal destek puanları üzerinden ayrıştırma analizi yapılmıştır. Bunun için, algılanan toplam sosyal destek puanları üzerinden Hesaplanan Fonksiyona İlişkin, Kanonik Ayrıştırma Fonksiyon Testi Sonuçları ile Ayrıştırma Fonksiyonuna İlişkin Standartlaştırılmış Kanonik Ayrıştırma Katsayıları, Yapı Matrisi ve Grup Kütle Merkezlerindeki Fonksiyon sonuçları Tablo 3'de gösterilmiştir.

Tablo 3. Algılanan Sosyal Destek (Toplam) İçin Hesaplanan Fonksiyona İlişkin, Kanonik Ayırıştırma Fonksiyon Testi Sonuçları İle Ayırıştırma Fonksiyonuna İlişkin Standartlaştırılmış Kanonik Ayırıştırma Katsayıları, Yapı Matrisi ve Grup Kütle Merkezlerindeki Fonksiyonlar

Fonksiyon	Özdeğer	% Varyans	Kanonik Korelasyon	
1	3.12	97.1	.87	
2	.09	2.9	.29	
Wilks' Lambda Test				
Test Fonksiyonları	Λ	X^2	Sd	P
1'den 2'ye	.22	150.43	14	.00
2	.91	8.97	6	.18
Ayrıştırma Fonksiyonuna İlişkin Standartlaştırılmış Kanonik Ayrıştırma Katsayıları ve Yapı Matrisi				
Faktörler	Standartlaştırılmış Kanonik Diskriminant Fonksiyonu Katsayısı		Yapı Matrisi	
	1		1	
Kendini Ayarlama	-.08		.53	
Mutluluk	1.05		.99	
Grup Kütle Merkezlerindeki Fonksiyon				
Gruplar	Fonksiyon 1			
Lezbiyen ve SD Yüksek	1.21			
Lezbiyen ve SD Düşük	-1.94			
Gey ve SD Yüksek	1.84			
Gey ve SD Düşük	-1.33			
Biseksüel ve SD Yüksek	1.78			
Biseksüel ve SD Düşük	-1.93			
Trans ve SD Yüksek	2.13			
Trans ve SD Düşük	-.67			

Doğru Sınıflandırma oranı: %47.2

Tablo 3'de görüldüğü gibi, 2 fonksiyon üretilmiştir. Birinci fonksiyonun özdeğeri, 3.12; ikinci fonksiyonun özdeğeri, .09'dur. Kanonik Ayırıştırma Fonksiyon Testinin özdeğeri kesin bir değer olmamakla birlikte .40'dan büyük olması "iyi" olarak kabul edilir (Çakmak ve Gürdal, 2015). Analizde, birinci fonksiyon için özdeğer yüksek çıkmıştır. Tablo 3'de görüldüğü gibi, ayırıştırma fonksiyonunun kanonik korelasyon değeri birinci fonksiyon için .87; ve ikinci fonksiyon için .29'dur. Kanonik korelasyon değerinin karesi, açıklama yüzdesini vermektedir. Yani, kurulan modelde elde edilen birinci diskriminant fonksiyonu, grupların ayrılmasını %76 oranında; ve ikinci ayırıştırma fonksiyonu, grupların ayrılmasını % 08 oranında açıklamaktadır. Bu bulgu, ayırıştırma fonksiyonlarının grupları ayırmada, % 76 oranında etkili olduğu sonucunu göstermektedir. Algılanan sosyal desteği yüksek ve düşük olan LGBT bireyleri ayırmada, kendini ayarlama ve mutluluğun önemli olduğu görülmüştür.

Tablo 3'de görüldüğü gibi, algılanan sosyal destek düzeyi için üretilen fonksiyonun anlamlı olup olmadığını belirlemek için Wilks Lambda (λ) Testi ve Ki-Kare (X^2) Testi değerleri incelenmiştir. 1'den 2'ye her iki ayırıştırma fonksiyonunun kombinasyonu için bütün fonksiyonlar birlikte test edildiğinde Wilks Lambda (λ) Testi=.22 ve X^2 =150.43, $p<.00$ olarak bulunmuş olup, değerleri anlamlı çıkmıştır. Yani, fonksiyonun ayırma gücü anlamlı derecede

yüksek olup, gruplar bir ayırma fonksiyonu ile ayrılmışlardır. İlk fonksiyon kaldırıldıktan sonra, ikinci fonksiyon için Wilks Lambda (λ) Testi=.91 ve $X^2=8.97$, $p>.05$ olarak bulunmuş olup, değerleri anlamlı çıkmamıştır. Bu nedenle, ikinci fonksiyon için yorum yapılmamıştır.

Standartlaştırılmış Kanonik Ayırıştırma Fonksiyonu katsayıları, her bir bağımlı değişkenin (algılanan sosyal destek düzeyi) tahmininde, bağımsız değişkenlerin-yordayıcı değişkenin kısmi önemini; yani her bir değişkenin diskriminant fonksiyonuna olan özgün katkısını gösterir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Bu amaçla, Standartlaştırılmış Kanonik Ayırıştırma Fonksiyonu Katsayıları ve Yapı Matrisi hesaplanmış ve sonuçları yine Tablo 3’de gösterilmiştir. Tablo 3’de görülen Standartlaştırılmış Kanonik Ayırıştırma Fonksiyonu Katsayıları incelendiğinde, birinci fonksiyon üzerinde en yüksek katsayılar sırası ile mutluluk ($SKDFK= 1.05$) ve kendini ayarlama ($SKDFK= -.08$). Tablo 3’de verilen yapı matrisi sonuçlarına bakıldığında, elde edilen birinci ayırıştırma fonksiyonu ile en yüksek korelasyonu veren bağımsız değişkenin mutluluk ($YM=.99$) olduğu; daha sonra kendini ayarlama ($YM=.53$) olduğu görülmektedir. Fonksiyonla, mutluluk ve kendini ayarlamanın ilişkisi olumludur (pozitif).

Grup Kütle Merkezlerindeki Fonksiyonlara bakıldığında; birinci fonksiyon için sosyal desteği yüksek olan LGBT bireyler, sosyal desteği düşük olan LGBT bireylerden ayrılmışlardır. Grup kütle merkezlerindeki değerlerine göre ayırma fonksiyonundaki olumlu (pozitif) katsayılar, algılanan sosyal destek düzeyi yüksek olan LGBT bireyleri göstermektedir. Olumsuz (negatif) katsayılar da, algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan LGBT bireyleri göstermektedir. Yapı matrisinde de görüldüğü gibi, algılanan sosyal destekle, mutluluk ve kendini ayarlama arasında olumlu (pozitif) bir ilişki vardır. Algılanan sosyal desteği yüksek ve düşük olan LGBT bireyleri ayırmada, öncelikle mutluluğun; sonrasında da kendini ayarlamanın önemli olduğu görülmüştür.

Ayrıca analiz için doğru sınıflandırma olasılığı da, %47.2’dir. Diskriminant fonksiyonun doğru sınıflandırma oranlarının kabul edilebilir düzeyde olup olmadığını belirlemek için, bu oranların tesadüfi sınıflandırma kriterleri ile karşılaştırılması gerekir. Tesadüfi sınıflandırma kriteri 1/grup sayısı olarak hesaplanır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Bu çalışmada, tesadüfi sınıflama kriteri %12.5 olarak hesaplanmıştır. Sınıflandırma oranı %47.5 > %12.5 olduğu için analizin sınıflandırma doğruluğu, şans kriterinden yüksektir.

TARTIŞMA

Araştırmamızın sonucunda, algılanan sosyal destek düzeyine göre LGBT bireylerin kendini ayarlama ve mutluluk düzeylerinin anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Algılanan sosyal desteği yüksek ve düşük olan LGBT bireyleri ayırmada, öncelikle mutluluğun; sonrasında da kendini ayarlamanın önemli olduğu görülmüştür. LGBT bireylerin sosyal destek düzeyi arttıkça, kendini ayarlama düzeyinin de arttığı bulunmuştur. Alan yazında algılanan sosyal destek ile kendini ayarlama arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Ancak, alanyazındaki açıklamalara bakıldığında, sosyal destekle kendini ayarlama davranışı arasındaki ilişki daha net anlaşılabilir. Sarason ve ark. (1987) sosyal desteğin yalnızca alınan sosyal destekten doyum sağlamaktan ibaret olmadığını, bireyin sevildiğine ve değer verildiğine dair algısını da içerdiğini belirtmişlerdir. LGBT bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin yüksek olması, çevrelerindeki insanların ihtiyaçları durumunda kendilerine yardım edeceklerine (Carr, 2016; Kef, 1997; Kitamura ve ark., 1999),

onlarla güvenli bağlar kurduklarına (Barrera, 1986; Kef, 1987) ve kabul edildiklerine (Sarason, Sarason ve Pierce, 1990) dair algılarının da yüksek olduğunu göstermektedir. Sosyal destek algısı yüksek olan bireyler, daha uyumlu olarak değerlendirilirler (Sarason ve ark., 1985). Sosyal destekle, sosyal bağlılık arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki vardır (Detrie ve Lease, 2007; Duru, 2008). Sosyal bağlılık, yakınlık ve aidiyet duygusunu yansıtır (Lee ve Robbins, 1998). Bireyin var olan ilişkilerini yakın, içten ve güvenilir olarak algılaması sosyal bağlılık hissini güçlendirir (Lee, Dean ve Jung, 2008). Onlar tarafından kabul edildiğini hissettirir (Sarason, Sarason ve Pierce, 1990). Çevresindeki kişiler tarafından kabul edilen ve olumlu destek alan LGBT bireyler, var olan desteği devam ettirmek (Bacanlı, 1990); daha olumlu bir izlenim oluşturmak için (Snyder, 1979; Snyder ve Swann, 1976) kendini ayarlama davranışını geliştirebilirler. Güçlü bir sosyal bağa sahip olan LGBT bireylerin, sosyal destek aldıkları kişiler tarafından onaylanmak istemeleri de olasıdır. LGBT bireyler üzerinde yapılmış olan araştırmalarda, yüksek sosyal desteğin, cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliklerine yönelik maruz kaldıkları olumsuz yaşantıların neden olduğu ruhsal sorunlarına karşı daha dirençli olmalarına yardımcı olduğu bulunmuştur (Budge ve ark., 2011; Friedman ve ark., 2006; Graham ve Barnow, 2013; Snapp ve ark., 2015; Uluyol, 2016; Wright ve Perry, 2006). Öte yandan, heteroseksüelliğin norm ve üstün olarak kabul edildiği bir sosyal çevrede LGBT bireylerin kendilerini ayırmış hissedebilmeleri de mümkündür (Detrie ve Lease, 2007). Zayıf bir sosyal desteğe sahip olan LGBT bireylerse, sosyal çevrelerinin kendilerinden bekledikleri şekilde bir izlenim bırakma konusunda motive olmayabilirler. Bu nedenle kendini ayarlama düzeyleri daha düşük olabilir. Yapılan araştırmaların bazılarında cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliğini gizlemenin LGBT bireylerin kendini ayarlama becerilerinin bir yönü olarak ele alındığı görülmektedir (Uribe ve Harbeck, 1992; Kirby ve Hay, 1997). Birçok LGBT birey, sorundan kaçınmak, reddedilmemek, ayrımcılığa maruz kalmamak gibi birçok nedenden dolayı cinsel yönelimlerini ve/veya cinsiyet kimliklerini gizlemeyi tercih ederler (Anderson ve Randlet, 1993; Danyeli Güzel, 2017; Demirdizen, Çınar ve Kesici, 2012; Grossman ve D'Augelli, 2006; Higa ve ark., 2004; Mayock ve ark., 2009; Meyer, 2003; Öner, 2015). Trans bireyler, reddedilme ya da işsiz kalma gibi olası olumsuz deneyimleri engellemek için, cinsiyet kimliklerini ifade ediş tarzlarını içinde bulundukları sosyal ortama göre düzenleme konusunda karar verirler (Griggs, 1998; Levitt ve Ippolito, 2013). Yapılmış olan araştırmalarda, birçok lezbiyen ve gey bireyin, cinsel yönelimlerinin öğrenilmesi sonrası oluşabilecek olası olumsuz sonuçlardan kaçınmak için sunmuş oldukları izlenimi ayarlayarak içinde bulundukları sosyal ortamın kendilerinden beklediği şekilde davrandıkları görülmektedir (Kirby ve Hay, 1997; Hetrick ve Martin, 1987). Bu araştırma sonuçları, LGBT bireylerin destekleyici olmayan bir çevrede zarar görmemek adına kendini ayarlama davranışına gittiklerini göstermektedir. Tüm bunların yanı sıra LGBT bireylerin kendini ayarlama becerilerinin cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliğini gizleme ile sınırlı olmadığı unutulmamalıdır. LGBT bireyler tıpkı cinsel azınlık grubuna dahil olmayan bireyler gibi sosyalleşirler. İçinde bulundukları her sosyal ortamda cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliklerini gizlemeleri de gerekemeyebilir. LGBT bireyler, herkes gibi kendini ayarlama davranışlarına dikkat edebilirler. Sözel ve sözel olmayan davranışlarını o sosyal ortama uygun hale getirmek için çaba gösterebilirler.

Araştırmamızın sonucunda, LGBT bireylerin sosyal destek düzeyi arttıkça, mutluluk düzeyinin de arttığı bulunmuştur. Cinsel yönelim ve cinsiyet kimliğine bakılmaksızın genel popülasyon ile yapılan birçok araştırmada aileden algılanan sosyal destek ile depresyon (Eldeleklioğlu, 2006), anksiyete, algılanan ruh sağlığı problemleri arasında olumsuz bir ilişki

(Banaz, 1992) bulunurken; öznel iyi-oluş (Gülaçtı (2010), stresle başa çıkabilme becerisi (Demirtaş, 2007; Yamaç, 2009) arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur. Gülaçtı (2010) yapmış olduğu araştırmada aileden algılanan sosyal desteğin öznel iyi oluşu yordadığını bulmuştur. Gallagher ve Vella- Brodrick (2008) algılanan sosyal desteğin öznel iyi oluşun bileşenlerinden yaşam doyumu ile olumsuz duygulanımı anlamlı bir şekilde yordadığını bulmuşlardır. Cinsel azınlık gruplarına dahil olan bireylerin cinsel yönelim ve/veya cinsiyet kimliklerinin sosyal olarak kabulünün sosyal desteğin önemli bir bileşeni olduğu ifade edilmektedir (Elizur ve Ziv, 2001; Hershberger ve D'Augelli, 1995; Shilo ve Savaya, 2011). Bu azınlık stresi ile ruh sağlığı arasındaki olumsuz ilişkinin destekleyici ebeveynler gibi kişiler arası ilişkiler, ayrımcılık karşıtı okul kuralları gibi politikalar, LGBT çalışmaları yapan kuruluşlar gibi azınlığa özgü baskıların zararlı etkilerine karşı koruma sağlayabilecek mekanizmalar veya alanlar tarafından tamponlanabileceği ileri sürülmektedir (Snapp ve ark., 2015). Bu noktada aileden, arkadaşan veya özel bir insandan algılanan sosyal desteğin LGBT bireylerin öncelikle ruh sağlıkları üzerinde koruyucu bir etkisinin olabileceği ve mutlu olmalarına katkı getireceği söylenebilir. Öte yandan, LGBT bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin düşük olması ihtiyaç durumunda kendilerine yardım edecek ve güvenli bağlar kurduklarına inandıkları birilerinin olduğuna dair algılarının yeterli düzeyde olmadığını gösterir. Bu durum da LGBT bireylerin kendilerini yalnız ve korumasız hissetmelerine neden olabilir. Geleceğe yönelik umutsuzluğa kapılmalarına, daha az iyimser olmalarına ve maruz kaldıkları stres yaratan durumlarla baş etmelerinde zorluk yaşamalarına neden olabilir. Bu nedenlerden dolayı algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan LGBT bireylerin mutluluk düzeylerinin düşük olması beklenilir. Alanyazında, olumlu sosyal ilişkilerin yetersiz oluşunun depresyon ve stres gibi sorunlara neden olduğu bilinmektedir (Cassel, 1976; Cobb, 1976; Cohen ve Wills, 1985). Ergenlik döneminde yüksek düzeyde ebeveyn reddi deneyimlemiş LGBT yetişkinlerde reddedilmeyen veya düşük düzeyde bir reddedilme deneyimleyen akranlarına göre 8.4 kat daha fazla intihar girişimi, 5.9 kat daha fazla yüksek depresyon bildirme sıklığı, 3.4 kat daha fazla bir oranla yasadışı uyuşturucu kullanma ve riskli cinsel davranışlar olasılıkları olduğu alanyazında var olan bulgular arasındadır (Ryan ve ark., 2009). Benzer şekilde, cinsel yönelimlerini belirttikten sonra ebeveynlerinin duygusal ve sosyal destek sağlamadığını düşünen lezbiyen, gey ve biseksüel (LGB) yetişkinlerde, depresyon ve madde kullanım oranlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Rothman ve ark., 2012). Snapp ve ark. (2015) sosyal desteğin LGBT gençlerin öznel iyi oluş düzeylerin açısından önemli bir koruyucu faktör olduğunu bulmuşlardır. Sosyal destek bireyi stresin olası olumsuz etkilerinden korumakla birlikte bireyin stresle baş etmesini kolaylaştırır (Cassel, 1976; Cohen ve Syme, 1985; Cohen ve Wills, 1985; Kahn, Hessling ve Russell, 2003; LaRocco, House ve French, 1980; Pearson, 1986; Sarason ve Sarason, 2009; Shumaker ve Brownell, 1984). Sosyal destek, cinsel azınlık grubuna dahil olan bireylerin deneyimledikleri azınlık stresinin olumsuz etkilerine karşı da koruyucu bir faktördür (Meyer, 2003). Yapılmış olan araştırmalar, LGBT gençler için aile kabülü ile iyi oluş arasında olumlu yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir (Doty ve ark., 2010; Elizur ve Ziv, 2001; Shilo ve Savaya, 2011). Amerika'da, LGB ergen ve genç yetişkinlerle yapılan bir araştırmada, aile desteğinin bireyin cinsel yönelimine dair öz kabulünü anlamlı bir biçimde etkilediğini ve iyi oluş üzerinde arkadaş desteğine oranla en güçlü olumlu etkiye sahip olduğu bulunmuştur (Shilo ve Savaya, 2011). Ayrıca Sheets ve Mohr (2009) biseksüel üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları araştırmada, arkadaşlardan ve aileden alınan sosyal desteğin yaşam doyumunu önemli ölçüde yordadığı sonucuna ulaşmışlardır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Genel olarak araştırma bulgularımızda, algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça, kendini ayarlama ve mutluluk düzeyinin arttığı bulunmuştur. Araştırmamızın bu açıdan alanyazına bir ölçüde de olsa katkısı olduğu düşünülmektedir. Konuyla ilgili öneriler aşağıda sunulmaktadır:

-Ülkemizde, LGBT bireyler üzerinde yapılmış olan araştırmaların sayısı çok sınırlıdır. Bu nedenle, LGBT bireylerin yanısıra interseks ve diğer cinsel yönelim veya cinsiyet kimliklerine sahip bireylerle bu araştırmaya benzer çalışmalar yapılması önemlidir.

-Birçok LGBT birey çocuklukta ya da ergenlik döneminde cinsel yönelim ya da cinsiyet kimliklerinin farkına vardıkları için bu noktada okul psikolojik danışmanının desteğinin önemine dikkat edilmelidir. Okul psikolojik danışmanları LGBTİ+ konuları ve danışanları ile nasıl bir süreç ilerletebileceği konusu hakkındaki bilgilerini genişletmelidir.

-Üniversitelerin Psikolojik Danışma Merkezlerince yürütülen LGBTİ+ konuları ile ilgili seminerler verebilirler. Böylelikle üniversite öğrencilerinin fobik davranış ve düşünce kalıplarının esnemesi ve bu konu hakkında bilgi sahibi olmaları ile çevrelerinde bulunan LGBTİ+ bireylere karşı daha saygılı, anlayışlı, hoşgörülü ve kabul edici davranmaları sağlanabilir. Bu tarz kabul edici ve hoşgörülü davranış ve tutumların LGBT bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeylerini etkileyebileceği düşünülmektedir.

-LGBT bireylerin geçmişte ya da şu an deneyimledikleri olumsuz yaşantılar ile baş etmelerine yardımcı olacak psikoeğitim çalışmaları; bireysel ve grupla psikolojik danışma çalışmalarının da yararları olacaktır.

- “İnsana saygı” düşüncesinden hareketle, LGBTİ+ bireylere karşı saygı ve anlayışın artmasında, psikolojik danışmanlara, eğitimcilere, hukukçulara, siyasetçilere ve medyaya büyük görevler düşmektedir.

KAYNAKÇA

- Anderson, L. R. ve Randlet, L. (1993). Self-monitoring and life satisfaction of individuals with traditional and nontraditional sexual orientations. *Basic and Applied Social Psychology*, 14 (3), 345-361.
- American Psychological Association (2015). Key terms and concepts in understanding gender diversity and sexual orientation among students. <https://www.apa.org/pi/lgbt/programs/safe-supportive/lgbt/key-terms.pdf>.
- Arapkırhoğlu, H. ve Tankız, K. (2011). Comparison of field and placement scores in the talent examinations of music teacher training program. *E-International Journal of Educational Research*, 2 (4), 55-69.
- Atasoy, S. (2009). LGBTİ'lere yönelik şiddet. A. Erol, (Ed.), *Anti-Homofobi Kitabı: Uluslararası Homofobi Karşıtı Buluşma* içinde (s.57-64). Ankara: Kaos-GL.
- Bacanlı, H. (1990). *Kendini ayarlama becerisinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Banaz, M. (1992). *Lise öğrencilerinde sosyal destek kaynakları ve stres ile ruh sağlığı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14 (4), 413-445.
- Başar, K. (2014). Farklı yönleri ile cinsel kimlik: bedensel cinsiyet, cinsiyet kimliği, cinsiyet rolü ve cinsel yönelim. *Toplum ve Hekim*, 29 (4), 245- 251.
- Başar, K. ve Öz, G. (2016). Cinsiyetinden hoşnutsuzluğu olan bireylerde psikolojik dayanıklılık: algılanan sosyal destek ve ayrımcılık ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 6 (27), 1-10.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. ve Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133 (2), 18-25.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Budge, S. L., Adelson, J. L. ve Howard, K. A. S. (2013). Anxiety and depression in transgender individuals: the roles of transition status loss social support, and coping. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81 (3), 545-557.
- Budge, S. L., Katz-Wise, S. L., Tebbe, E. N., Howard, K. A. S., Schneider, C. L. ve Rodriguez, A. (2011). Transgender emotional and coping processes: facilitative and avoidant coping throughout gender transitioning. *The Counseling Psychologist*, 41 (4), 601-647.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji: Mutluluğun ve İnsanın Güçlü Yönlerinin Bilimi*. (Ü. Şendilek, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Cassel, J. (1976). The contribution of the social environment to host resistance. *American Journal of Epidemiology*, 104 (2), 107-123.
- Cochran, S. D. ve Mays, V. M. (2000). Lifetime prevalence of suicide symptoms and affective disorders among men reporting same-sex sexual partners: results from NHANES III. *American Journal of Public Health*, 90 (4), 573-578.
- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98 (2), 310-357.
- Cohen, S. ve Syme, S. L. (1985). Issues in the study and application of social support. S. Cohen ve S. L. Syme, (Ed.), *Social Support and Health* in (p.3-22). San Diego: Academic Press.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38 (4), 668-678.
- Costa, P. T., McCrae, R. R. ve Norris, A. H. (1981). Personal adjustment to aging: longitudinal prediction from neuroticism and extraversion. *Journal of Gerontology*, 36 (1), 78-85.
- Çabuk, F. D. (2010). *Tıp öğrencileri ve hekimlerin eşcinsellik hakkındaki tutumları ve gey ve lezbiyenlerin sağlık hizmeti deneyimleri*. Yayınlanmamış tıpta uzmanlık tezi, Gazi Üniversitesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı.
- Çakmak, Z. ve Gürdal, H. (2015). Determination of distinctive elements of job satisfaction level and communication level of research assistants with Discriminant Analysis.

International Journal of Social Sciences and Education Research, 1 (4), 1253-1267.
doi:10.24289/ijsser.279134

- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik: SPSS LISR Uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Danyeli Güzel, Ö. (2017). *Lezbiyen, gey, biseksüel ve transseksüellerin sosyal dışlanma deneyimleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- D'augelli, A. R., Grossman, A. H. ve Starks, M. T. (2005). Parents' Awareness of Lesbian, Gay, and Bisexual Youths' Sexual Orientation. *Journal of Marriage and Family*, 67 (2), 474–482.
- Dember, W. N. ve Brooks, J. (1989). A new instrument for measuring optimism and pessimism: Test-retest reliability and relations with happiness and religious commitment. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 27 (4), 365-366.
- Demirdizen, D., Çınar, S ve Kesici, M. R. (2012). İşyerinde Cinsel Yönelim Ayrımcılığı: Lgb Bireylere Yönelik Bir Alan Çalışması. IV. *Sosyal Haklar Ulusal Sempozyumu Bildiriler içinde* (311-330). 18-19 Ekim 2012, Muğla: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
- Demirtaş, A. S. (2007). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Detrie, P. M. ve Lease, S. H. (2007). The relation of social support, connectedness, and collective self-esteem to the psychological well-being of lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of Homosexuality*, 53 (4), 173-199.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E. ve Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: unlocking the mysteries of psychological wealth*. Malden: Blackwell Publishing.
- Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W. ve Fujita, F. (1992). Extraversion and subjective well-being in a U.S. national probability sample. *Journal of Research in Personality*, 26 (3), 205-215.
- Diener, E. ve Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13 (1), 81-84.
- Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012). Oxford Mutluluk Ölçeği Türkçe Formunun psikometrik özelliklerinin üniversite öğrencilerinde incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 297-304.
- Doty, N. D., Willoughby, B. L. B., Lindahl, K. M. ve Malik, N. M. (2010). Sexuality related social support among lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 39 (10), 1134-1147.
- Douglass, R. P., Conlin, S. E. ve Duffy, R. D. (2017). Examining moderators of discrimination and subjective well-being among LGB individuals and University of Florida. *Journal of Counseling Psychology*, 64 (1), 1-11.
- Dworkin, S.H. ve Pope, M. (2012). Introduction. S. H. Dworkin ve M. Pope (Ed.), *Casebook for*

- Counseling Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Persons and Their Families*, in (IX- XIII). ABD: American Counseling Association.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (61), 15-24.
- Eker, D. ve Akar, H. (1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10 (34), 45-55.
- Eldeleklioğlu, J. (2006). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6 (3), 727-752.
- Elizur, Y. ve Ziv, M. (2001). Family support and acceptance, gay male identity formation, and psychological adjustment: a path model. *Family Process*, 40 (2), 125-144.
- Erdeğer, N. (2001). *Lise öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24, 209-215.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011a). Ergen öznel iyi oluşunun öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10 (37), 170-181.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011b). Ailesiyle yaşayan yaşlılarda mutluluk modeli. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 48 (4), 227-233.
- Eylen, B. (2001). *Bilgi verici danışmanlığın kanser hastalarının ailelerinin sosyal destek becerileri üzerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Friedman, M. S., Koeske, G. F., Silvestre, A. J., Korr, W. S. ve Sites. E. W. (2006). The impact of gender-role nonconforming behavior, bullying, and social support on suicidality among gay male youth. *Journal of Adolescent Health*, 38 (5), 621-623.
- Gallagher, E. N. ve Vella-Brodrick, D. A. (2008). Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 44 (7), 1551-1561.
- Garnets, L.D., Herek, G. M. Ve Levy, B. (2003). Violence and victimization of lesbians and gay men: mental health consequences. L. Garnets ve D. Kimmel, (Ed.), *Psychological Perspectives on Lesbian, Gay, and Bisexual Experiences* in (188-206). New York: Columbia University Press.
- Gilman, S. E., Cochran, S. D., Mays, V. M., Hughes, M., Ostrow, D. ve Kessler, R. C. (2001). Risk of psychiatric disorders among individuals reporting same-sex sexual partners in the national comorbidity survey. *American Journal of Public Health*, 91 (6), 933-939.
- Graham, J. M. ve Barnow, Z. B. (2013). Stress and social support in gay, lesbian, and heterosexual couples: direct effects and buffering models. *Journal of Family Psychology*, 27 (4), 569-578.
- Griggs, C. (1998). *S/He Changing Sex and Changing Clothes*. Oxford: Berg Publishers.

- Grossman, A. H. ve D'augelli, A.R. (2006). Transgender youth, *Journal of Homosexuality*, 51 (1), 111-128.
- Grossman, A.H., D'augelli, A. R., Howell, T. J. ve Hubbard, S. (2005). Parents' reactions to transgender youth' gender nonconforming expression and identity. *Journal of Gay and Lesbian Social Services*, 18 (1), 3-16.
- Gülaçtı, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2 (2), 3844-3849.
- Gülcan, A. ve Nedim Bal, P. (2014). genç yetişkinlerdeki iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2 (1), 41-52.
- Hatzenbuehler, M. L., McLaughlin, K. A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2008). Emotion regulation and internalizing symptoms in a longitudinal study of sexual minority and heterosexual adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49 (12), 1270–1278.
- Headey, B. ve Wearing, A. (1992). *Understanding happiness: a theory of subjective well-being*. Melbourne: Longman Cheshire.
- Herrell, R., Goldberg, J., True, W. R., Ramakrishnan, V., Lyons, M., Eisen, S. ve Tsuang, M. T. (1999). Sexual orientation and suicidality. *Archives of General Psychiatry*, 56 (10), 867-874.
- Hershberger, S. L. ve D'augelli, A. R. (1995). The impact of victimization on the mental health and suicidality of lesbian, gay, and bisexual youths. *Developmental Psychology*, 31 (1), 65-74.
- Hetrick, E. S. ve Martin, A. D. (1987). Developmental issues and their resolution for gay and lesbian adolescents. *Journal of Homosexuality*, 14 (1-2), 25-43.
- Higa, D, Hoppe, M. J., Lindhorst, T., Mincer, S., Beadnell, B., Morrison, D. M., Wells, E. A., Todd, A. ve Mountz, S. (2014). Negative and positive factors associated with the well-being of lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, and questioning (LGBTQ) youth. *Youth and Society*, 46 (5), 663-687.
- Hills, P. ve Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, (33), 1073–1082.
- House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Boston: Addison-Wesley.
- IOM (Institute of Medicine). (2011). The health of lesbian, gay, bisexual, and transgender people: building a foundation for better understanding, Washington, DC: The National Academies Press.
- Joshlin-Roher, E. ve Wheeler, D. P. (2009). Partners in transition: the transition experience of lesbian, bisexual, and queer identified partners of transgender men. *Journal of Gay and Lesbian Social Services*, 21 (1), 30-48.
- Kabacaoğlu, G. (2015). *Gey ve lezbiyenlerde açılma süreci: nitel bir çalışma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kahn, J. H., Hessling, R. M. ve Russell, D. W. (2003). Social support, health, and well-being

- among the elderly: what is the role of negative affectivity? *Personality and Individual Differences*, 35 (1), 5-17.
- Kang, H., Park, M. ve Wallace, J. P. (2018). The impact of perceived social support, loneliness, and physical activity on quality of life in South Korean older adults. *Journal of Sport and Health Science*, 7 (2), 237–244.
- Kaptan, S. (2013). Eşcinseller ve ruh sağlığı: ruhsal hastalıklar. Ş. Yüksel ve N. Yetkin, (Ed.), *Bilgilendirme Dosyası-10: Eşcinsellik içinde* (44-46). İstanbul: CETAD
- Karaduman, S. (2010). Modernizmden postmodernizme kimliğin yapısal dönüşümü. *Journal of Yasar University*, 17 (5), 2886-2899.
- Kef, S. (1997). The personal networks and social supports of blind and visually impaired adolescents. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 91 (3), 236-244.
- Kirby, S. ve Hay, I. (1997). (Hetero)sexing space: gay men and “straight” space in Adelaide, South Australia. *The Professional Geographer*, 49 (3), 295-305.
- Kitamura, T., Kijima, N., Watanabe, K., Takezaki, Y. ve Tanaka, E. (1999). Precedents of perceived social support: personality and early life experiences. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 53 (6), 649-654.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Larocco, J. M., House, J. S. ve French, J. R. P. (1980). Social support, occupational stress, and health. *Journal of Health and Social Behavior*, 21 (3), 202-218.
- Lee, R. M., Dean, B. L. ve Jung, K. (2008). Social connectedness, extraversion, and subjective well-being: testing a mediation model. *Personality and Individual Differences*, 45 (5), 414-419.
- Lennox, R. (1984). Self-monitoring, shyness, and sociability. *Social Behavior and Personality*, 12 (2), 199-201.
- Lennox, R. D. ve Wolfe, R. N. (1984). Revision of the Self-Monitoring Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (6), 1349–1364.
- Lepore, S. J., Evans, G. W. ve Schneider, M. L. 1991. Dynamic role of social support in the link between chronic stress and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (6), 899-909.
- LeVay, S. (2011). *Gay, straight and the reason why: the science of sexual orientation*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Levitt, H. M. ve Ippolito, M. R. (2013). Being transgender: navigating minority stressors and developing authentic self-presentation. *Psychology of Women Quarterly*, 38 (1), 46-64.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others?: the role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56 (1), 239-249.
- Lyubomirsky, S. ve Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: a contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (6),

1141-1157.

- Lyubomirsky S., Sheldon, K. M. ve Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9 (2), 111–131.
- Marshall, M. P., Dietz, L. J., Friedman, M. S., Stall, R., Smith, H. A., McGinley, J., Thomas, B. C., Murray, P. J. , D’augelli, A. R. ve Brent, D. A. (2011). Suicidality and depression disparities between sexual minority and heterosexual youth: a meta-analytic review. *Journal of Adolescent Health*, 49 (2), 115–123.
- Mayock, P., Bryan, A., Carr, N. ve Kitching, K. (2009). *Support LGBT Lives: A Study of The Mental Health and Well-Being of Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender People*. Dublin: National Office for Suicide Prevention.
- Mays, V. M. ve Cochran, S. D. (2001). Mental health correlates of perceived discrimination among lesbian, gay, and bisexual adults in the United States. *American Journal of Public Health*, 91 (11), 869-1876.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129 (5), 674-697.
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6 (1), 10-19.
- Nur Şahin, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Nuttbrock, L., Hwang, S., Bockting, W., Rosenblum, A., Mason, M., Macri, M. ve Becker, J. (2010). Psychiatric impact of gender-related abuse across the life course of male-to-female transgender persons. *The Journal of Sex Research*, 47 (1), 12-23.
- Öner, A. (2015). *Beyaz yakalı eşcinseller, iş yerinde cinsel yönelim ayrımcılığı ve mücadele stratejileri*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Pearson, J. E. (1986). The definition and measurement of social support. *Journal of Counseling and Development*, 64, 390-391.
- Polat, A., Yüksel, Ş., Dişçigil, A. G. ve Meteris, H. (2005). Family attitudes toward transgendered people in Turkey: experience from a secular islamic country. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 35 (4), 383-393.
- Remafedi, G., French, S., Story, M., Resnick, M. R. ve Blum, R. (1998). The relationship between suicide risk and sexual orientation: results of a population-based study. *American Journal of Public Health*, 88 (1), 57-60.
- Rostosky, S. S., Riggle, E. D. B, Horne, S. G. ve Miller, A. D. (2009). Marriage amendments and psychological distress in lesbian, gay, and bisexual (LGB) adults. *Journal of Counseling Psychology*, 56 (1), 56-66.
- Ryan, C., Huebner, D., Diaz, R. M. ve Sanchez, J. (2009). Family rejection as a predictor of negative health outcomes in white and latino lesbian, gay, and bisexual young adults. *Pediatrics*, 123 (1), 346–352.
- Sarason, I. G. ve Sarason, B. R. (2009). Social support: mapping the construct. *Journal of*

Social and Personal Relationships, 26 (1), 113-120.

Sarason, B. R., Sarason, I. G., Hacker, T. A. ve Basham, R. B. (1985). Concomitants of social support: social skills, physical attractiveness, and gender. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49 (2), 469-480.

Sarason, B.R., Sarason, I. G. ve Pierce, G. P. (1990). *Social support: an interactional view*. New Jersey: John Wiley and Sons.

Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.

Selvidge, M. M., Matthews, C. R. ve Bridges, S. K. (2008). The relationship of minority stress and flexible coping to psychological well being in lesbian and bisexual women. *Journal of Homosexuality*, 55 (3), 450-470.

Sheets, R. L. ve Mohr, J. J. (2009). Perceived social support from friends and family and psychosocial functioning in bisexual young adult college students. *Journal of Counseling Psychology*, 56 (1), 152-163.

Shilo, G. ve Savaya, R. (2011). Effects of family and friend support on lgb youths' mental health and sexual orientation milestones. *Family Relations*, 60 (3), 318-330.

Shumaker S.A. ve Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40 (4), 11-36.

Snapp, S. D., Watson, R. J., Russell, S. T., Diaz, R. M. ve Ryan, C. (2015). Social support networks for LGBT young adults: low cost strategies for positive adjustment. *Family Relations*, 64 (3), 420-430.

Snyder, M. (1974). Self-monitoring of expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30(4), 526-537.

Snyder, M. (1979). Self-monitoring processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 12, 85-128.

Snyder, M. ve Gangestad, S. (1982). Choosing social situations: two investigations of self-monitoring processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(1), 123-135.

Snyder, M., Gangestad, S. ve Simpson, J. A. (1983). Choosing friends as activity partners: the role of self-monitoring. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45 (5), 1061-1072.

Snyder, M. ve Monson, T. C. (1975). Persons, situations, and the control of social behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32 (4), 637-644.

Snyder, M. ve Swann, W. B. (1976). When actions reflect attitudes: the politics of impression management. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34 (5), 1034-1042.

SPoD- Sosyal Politikalar Cinsiyet Kimliği ve Cinsel Yönelim Çalışmaları Derneği. (2014). Türkiye'de LGBTİ bireyleri sosyal ve ekonomik sorunları araştırması 2014.

<http://spod.org.tr/TR/Detay/59/3/turkiyede-lgbti-bireyleri-sosyal-ve-ekonomik-sorunlari-arastirmasi-2014>.

- Suppes, A., Napier, J. L. ve van der Toorn, J. (2019). The palliative effects of system justification on the health and happiness of lesbian, gay, bisexual, and transgender individuals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45 (3), 372–388.
- Swim, J. K., Johnston, K. ve Pearson, N. B. (2009). daily experiences with heterosexism: relations between heterosexist hassles and psychological well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28 (5), 597-629.
- Şahin-Baltacı, H., İşleyen, F. ve Özdemir, S. (2012). Eğitim Fakültesi öğrencilerinin romantik ilişki durumları ve sosyal ağ kullanımlarına göre etkileşim kaygısı ve sosyal destek algılarının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (2), 25-36.
- Tarhan, S. (2012). *Umudun özyeterlik, algılanan sosyal destek ve kişilik özelliklerinden yordanması*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tate, D. C., van den Berg, J. J., Hansen, N. B., Kochman, A.ve Sikkema, K. J. (2006). Race, social support, and coping strategies among HIV-positive gay and bisexual men. *Culture, Health and Sexuality*, 8 (3), 235-249.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: where are we? what next?. *Journal of Health and Social Behavior*, (Extra Issue), 53-79.
- Türetgen Özalp, İ. ve Cesur, S. (2006). Gözden Geçirilmiş Kendini Ayarlama Ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 9 (17), 1-17.
- Ueno, K., Vaghela, P. ve Ritter, L. J. (2014). Sexual orientation, internal migration, and mental health during the transition to adulthood. *Journal of Health and Social Behavior*, 55(4), 461-481.
- Uluyol, F. M. (2016). Cinsiyet kimliği ve cinsel yönelime bağlı zorbalığa maruz kalma, sosyal destek ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19 (2), 87-96.
- Uribe, V. ve Harbeck K. M. (1992). Addressing the needs of lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of Homosexuality*, 22 (3-4), 9-28.
- Van der Star, A. ve Bränström, R. (2015). Acceptance of sexual minorities, discrimination, social capital and health and well-being: a Cross-European study among members of same-sex and opposite-sex couples. *BMC Public Health*, 15 (1), 812-823.
- Veenhoven, R. (1997). Advances in understanding happiness. *Revue Québécoise de Psychologie*, 18 (2), 29-74.
- Wilkinson, L. ve Pearson, J. (2009). School culture and the well-being of same-sex attracted youth. *Gender and Society*, 23 (4), 542-568.
- Wright, Eric R., Brea L. Perry. (2006). Sexual identity distress, social support, and the health of gay, lesbian, and bisexual youth. *Journal of Homosexuality*, 51 (1), 81-110.
- Yakusho, O. (2005). Influence of social support, existential well-being, and stress over sexual orientation on self esteem of gay, lesbian, and bisexual individuals. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 27 (1), 131-143.

- Yalçınoglu, N. ve Önal, A. E. (2004). Eşcinsel ve biseksüel erkeklerin içselleştirilmiş homofobi düzeyi ve sağlık üzerine etkileri. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 12 (2), 100-112.
- Yamaç, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldırım, İ. (2006). Akademik başarının yordayıcısı olarak gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (30), 258- 267.